

Viktor E. Frankl (1905-1997)

der Philosoph, der Arzt, der Psychotherapeut, der Pädagoge, der Mensch

Viktor Emil Frankl wird am 26. März 1905 im 2. Wiener Gemeindebezirk als zweiter Sohn von Gabriel und Elsa Frankl geboren. Die Kindheit beschreibt er in seinen Memoiren als wohlbehütet und liebevoll, wenngleich zeitweise von grosser Armut während und nach den Jahren des 1. Weltkrieges geprägt.

Die Frage nach dem „Sinn des Lebens“ soll sich Viktor Frankl laut seinen biographischen Skizzen (Was nicht in meinen Büchern steht, 1995) im zarten Alter von 4 Jahren gestellt haben, als ihm eines nachts bewusst wurde, dass auch er eines Tages sterben würde, und welchen Sinn denn das Leben dann gehabt hätte.

Während seiner Zeit als Gymnasiast beschäftigt er sich mit Psychologie und Philosophie, legt 1923 die Matura ab, unter anderem mit einer Abhandlung über „Die Psychologie des philosophischen Denkens“, hält Reden an der Volkshochschule Wien, in denen er schon innovative Gedanken formuliert, wie etwa, „dass nicht wir dem Leben Fragen stellen können, sondern das Leben es sei, das uns Fragen stelle (die wir zu be- und verantworten haben)“ und unterhält als 15 Jähriger eine rege Korrespondenz mit Sigmund Freud, der 1924 Frankl's Beitrag „Zur mimischen Bejahung und Verneinung“ in der „Internationalen Zeitschrift für Psychoanalyse“ veröffentlichen lässt. Zunehmend gerät Viktor Frankl während des Medizinstudiums, das er inzwischen begonnen hat, in den Einflussbereich des Begründers der „2. Wiener Schule der Psychotherapie“ Alfred Adlers. 1925 publiziert die „Internationale Zeitschrift für Individualpsychologie“ einen Beitrag zur „Psychotherapie und Weltanschauung“, in dem sich der junge Mediziner schon um eine „Aufhellung des Grenzgebietes zwischen Psychotherapie und Philosophie unter besonderer Berücksichtigung der Sinn- und Wertproblematik“ bemüht. Letztendlich wird dieses Thema zum lebenslangen Leitmotiv der Arbeit Viktor Frankls.

Angeregt durch die ehemaligen Individualpsychologen Rudolf Allers (Experimentalpsychologe an der Uni Wien) und Oswald Schwarz (Begründer der Psychosomatischen Medizin) wehrt sich Frankl gegen das starre Begriffssystem und den Dogmatismus des psychiatrischen und psychotherapeutischen Denksystems und wird zu guter Letzt von Adler

aus dem Verein für Individualpsychologie ausgeschlossen. Dieser Ausschluß setzt Frankl persönlich zu, hält ihn aber nicht ab, seinen Weg weiter zu gehen und seine eigenen Ideen zur Logotherapie zu entwickeln. Max Scheler (deutscher Philosoph 1874-1928) begeistert Frankl mit seinem Buch „Der Formalismus in der Ethik und die materielle Wertethik“ so sehr, dass Frankl es, wie er selber sagte, wie ein „Bibel mit sich herumtrug“. Scheler beeinflusst Frankl mit seiner Wertelehre, seiner Anthropologie (Geist und Person) und Philosophie.

Im „akademischen Verein für für medizinische Psychologie“, den Frankl auch mitbegründet, hält der junge Mediziner 1926 einen Vortrag und verwendet zum ersten Mal vor akademischem Publikum den Ausdruck „Logotherapie“ (logos, gr. = Sinn-Plan-Wort), also eine Therapie, deren zentrales Motivationskonzept auf des Menschen „Willen zum Sinn“ beruht. Das reduktionistische oder deterministische Menschenbild, das nach Frankl subhuman ist, musste seinem ganzheitlichen Menschenbild, in dem die geistige Dimension die eigentlich menschliche darstellt, weichen.

Während des Medizinstudiums und danach setzt Frankl Schwerpunkte in der Erforschung und Behandlung von Depressionen und Suizidgefährdung. Er stellt auch hier die Sinnfrage ins Zentrum seiner Suizidprävention.

Frankls Menschenbild war nie bloß ein theoretisches Konstrukt, sondern stammt auch aus der empirischen Alltagsforschung, die ihre Erkenntnisse aus Beobachtung und Vergleichen holt.

In den späten 1920 er Jahren stellt Frankl sein organisatorisches Talent und soziales Engagement unter Beweis. Er etabliert zusammen mit Charlotte Bühler, Erwin Wexberg u.a. kostenlose Beratungsstellen und hilft Jugendlichen in seelischen Nöten, die aufgrund von Arbeitslosigkeit, Minderwertigkeitsgefühlen und Hoffnungslosigkeit suizidal oder depressiv sind, wieder Sinn im Leben zu finden. Die Erfolge dieser Beratungsstellen erlangen bald internationale Aufmerksamkeit, Viktor Frankl wird von Wilhelm Reich nach Berlin zu Vorträgen eingeladen. Seine praktischen Erfahrungen fließen ausserdem in seine Kurse über Psychohygiene und andere Themen an diversen Bildungsstätten ein.

Von 1933-1937 leitet Frankl als Oberarzt den sogenannten „Selbstmörderinnenpavillon“ im psychiatrischen Krankenhaus in Wien und betreut hier bis zu 3000 selbstmordgefährdete Frauen pro Jahr.

Sein Traum von einer eigenen Praxis als Neurologe und Psychiater währt leider nicht lange. Nach dem „Anschluss“ wird ihm 1938 aufgrund seiner jüdischen Herkunft untersagt, arische Patienten zu behandeln. 1940 übernimmt er die Leitung der neurologischen Abteilung im Rothschild-Spital, dem einzigen Spital in Wien, das noch jüdische Patienten aufnimmt. Einige seiner Gutachten aus dieser Zeit, bei denen er Begriffe wie „Psychosen“ oder „Schizophrenie“ geflissentlich umging, haben Menschen davor bewahrt, dem nationalsozialistischen Euthansieprogramm, bei dem „Geisteskranken“ jedes Lebensrecht abgesprochen wurde, zum Opfer zu fallen.

1941 erhält Frankl die Aufforderung zur Ausstellung des beantragten Visums im US Konsulat zu erscheinen, zieht es aber vor, seine alten Eltern nicht allein zu lassen und verzichtet auf das Visum. Kurz vor der Deportation seiner Familie heiratet er Tilly Grosser, die, wie die gesamte Familie Frankls, im KZ stirbt. Nur eine Schwester kann dem Holocaust entrinnen.

Das 1942 erstellte Manuskript „Ärztliche Seelsorge“, das Frankl in seine Manteltasche eingenäht hat, bevor er selbst nach Auschwitz deportiert wird, kann Frankl nicht retten, er wird es aber stenographisch auf winzigen Meldeblättern im Lager 1945 rekonstruieren, was er später als lebensrettend bezeichnen wird. 3 Jahre verbringt er in vier verschiedenen Lagern: in Auschwitz, Theresienstadt, Kaufering III und Türkheim- erlebt die Hölle auf Erden, aber gibt nicht auf. Er versucht nicht nur sich selbst Mut zu machen, indem er Distanzierungsmethoden (wie Visualisierung oder Vorstellung günstigerer Situationen) anwendet, sondern auch vielen Lagerinsassen zu helfen. Selbst das Bewusstsein der Aussichtslosigkeit eines Kampfes kann dessen Sinn und eines Menschen Wert und Würde nichts anhaben, so ist sein Credo.

Frankl war und ist nicht zuletzt wegen seiner KZ Aufenthalte, bei denen sich seine Lehre bewährt hat, und seines ganzen Lebens wegen glaubwürdig. In den KZs bestätigte sich der „survival value“ (Überlebenswert) des „Willens zum Sinn“, der im Zentrum der Logotherapie steht.

*„Es gibt nichts auf der Welt, das einen Menschen so sehr befähigte, äußere Schwierigkeiten oder innere Beschwerden zu überwinden als das Bewußtsein, eine Aufgabe im Leben zu haben.“
(Theresienstadt 1942-1944)*

1945 kehrt Frankl in seine Heimatstadt Wien zurück. Seine Eindrücke und Erfahrungen in den Konzentrationslagern verarbeitet Viktor Frankl in seinem Buch „Trotzdem ja zum Leben sagen“ (ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager). Das Schreiben hilft ihm über seine schwere Traumatisierung hinweg. Er verwandelt sein Leiden in eine Leistung. Schon kurz nach Ende des Krieges vertritt er zudem die Ansicht, dass vor allem Versöhnung einen sinnvollen Ausweg aus den Katastrophen des Weltkrieges und des Holocaust weisen könne.

Elisabeth Lukas (geb. 1942), seine bekannteste Schülerin, weist darauf hin, dass die KZ- Zeit nicht spurlos an ihm vorübergegangen ist: „Etwas von dem selbstbewussten, vor Kreativität und Flexibilität überschäumenden jungen Arzt der Vorkriegsjahre ist gebrochen. Kein Wunder, seine ersten vier Bücher sind Toten gewidmet: seiner toten Frau Tilly Grosser, seinen toten Eltern, seinem toten Bruder. Er empfindet keinen Hass; er steht über den Dingen, aber er steht auch irgendwie über den Menschen seiner engeren Umwelt. War er vor dem Krieg Arzt und Psychotherapeut mit Leib und Seele, so wird er nach dem Krieg Arzt und Philosoph mit Leib und Seele. Er baut das Menschenbild der Logotherapie aus.“ (Lukas, Auf der Suche nach Sinn 1984)

1946 wird Frankl zum Vorstand der Wiener Neurologischen Poliklinik berufen und bekleidet dieses Amt bis 1971. Er begründet die Österreichische Ärztegesellschaft für Psychotherapie und wird deren erster und einziger Präsident. Nach 1945 beginnt auch seine wissenschaftlich fruchtbare Zeit. Er hat wissenschaftliche und menschliche Kontakte mit vielen bedeutenden Wissenschaftlern des 20. Jahrhunderts, zB. Mit Martin Heidegger, Karl Jaspers, Gabriel Marcel, Martin Buber, Ludwig Binswanger, Gordon A. Allport, Abraham Maslow, Ernst Kretschmer, Carl.E. Rogers u.a. Er verfaßt 37 Bücher, einige auch auf Englisch (das Frankl fließend beherrscht), die teilweise in Millionenaufgabe verkauft werden, über 400 weitere Publikationen in Fachzeitschriften. Als mitreißender, lebhafter und humorvoller Redner hält er neben seiner klinischen Tätigkeit Vorlesungen in allen Kontinenten der Erde, unternimmt Vortragsreisen und erhält zahlreiche Ehrendoktorate und Ehrenprofessuren.

1947 heiratet Viktor Frankl in zweiter Ehe Eleonore Katharina Schwindt (seine Elly, wie er sie liebevoll nennt), die über 50 Jahre nicht nur seine Lebensgefährtin ist, sondern ihn auch wissenschaftlich unterstützt. Durch sie, so sagt Frankl selbst, wurde aus dem „homo patiens“ Viktor Frankl, wieder ein „homo amans“. Sie bekommen eine Tochter Gabriele und zwei Enkelkinder Katja und Alexander, deren Aufwachsen ihm besondere Freude bereitet.

1948: mit der Dissertation über das Thema „Der unbewusste Gott“ erhält Frankl ein Doktorat in Philosophie

1955 erhält Frankl den Professorentitel für Neurologie und Psychiatrie an der Universität Wien,

1961-1970 verlagert Frankl den Schwerpunkt seiner Tätigkeiten in die USA, 1961 wird er Gastprofessor an der Harvard University, sowie an den Universitäten von Pittsburgh und Dallas, 1970 Professor für die von ihm begründete Logotherapie an der United States International University of San Diego (in Kalifornien).

Im Alter von 74 Jahren erwirbt er den 3. Schwierigkeitsgrad beim Klettern (seiner grossen Leidenschaft) und macht den Solo-Flugschein, weil er früher einmal Angst vor der „Höhe“ hatte, aber meint, „dass man sich von sich selbst nicht alles gefallen lassen müsse.“

Auch im fortgeschrittenen Alter schreibt Viktor Frankl noch Bücher, gibt Interviews, nimmt an Kongressen teil und füllt die Hörsäle. Selbst als er im Alter schon fast blind ist, trägt er dieses Handikap mit Geduld und ohne Klagen.

Elisabeth Lukas schreibt:

„92-jährig fügt er sich ohne Angst in eine Herzoperation an der er verstirbt. Er ist stets der Überzeugung gewesen, dass „hinter einer Todesangst eine Gewissensangst steckt, nämlich die Angst, Sinnmöglichkeiten des Lebens versäumt zu haben, die niemals wiederkehren.“ Solch eine Angst brauchte Viktor Frankl nicht zu haben. Er hat sein Leben in Fülle gelebt und ein großartiges Werk hinterlassen.“

In Viktor Frankl's Logotherapie und Existenzanalyse, der „3. Wiener Richtung der Psychotherapie“ (Soucek 1948), der „Höhenpsychologie“, wie sie auch genannt wird, geht es nicht in erster Linie um psychotherapeutische Techniken. Es geht um den mæeutischen Prozess der Sinnfindung am einzelnen Individuum. Um das Erkennen des

einmaligen und einzigartigen Sinnes, den jeder Mensch in seinem Leben erfüllen kann, wobei ihm ein Logotherapeut zur Seite steht. Denn in einem sinnerfüllten Leben stellt sich dasjenige von selbst ein, was die Menschen anstreben: Zufriedenheit, Glück, Lust, Lebensfreude, Erfolg, usw.

Gefragt, was denn der Sinn in seinem eigenen Leben sei, antwortete Frankl: „ ICH HABE DEN SINN MEINES LEBENS DARIN GESEHEN, ANDEREN ZU HELFEN, IN IHREM LEBEN EINEN SINN ZU FINDEN“ (Frankl 1995)

Viktor Frankls „Logotherapie und Existenzanalyse“ ist aktueller denn je. Nicht nur als Psychotherapiemethode, sondern auch in ihrer Philosophie und ihrer Anthropologie als einer Form der Lebenshaltung und Problembewältigung.

Frankl selbst bezeichnete die Logotherapie als „bereit zur Kooperation mit anderen Richtungen und zur Evolution ihrer selbst“ (3. Weltkongress für Logotherapie 1983 in Regensburg)

Wir alle, die wir in Zukunft als Logotherapeuten arbeiten, sind angehalten die Logotherapie im Sinne Frankls weiter zu entwickeln, sie zu verfeinern und an die Herausforderungen unserer Zeit anzupassen.

Ich persönlich empfinde das als eine grosse, ehrenvolle Aufgabe.

Ida-Maria Kisler

Literatur:

Viktor.E. Frankl, Was nicht in meinen Büchern steht, BELTZ Verlag, 2014

Jörg Riemeyer, Die Logotherapie Viktor Frankls, PROFIL Verlag, 2001

Viktor.E. Frankl, Es kommt der Tag, da bist du frei, KÖSEL Verlag, 2015

Elisabeth Lukas, Sonderdruck aus „Das Viktor Frankl Museum in Wien“, PLATTFORM, 2016